



Dispositif d'appui  
à la **coordination**

Territoire  
Oise Ouest

**ALOÏSE**



APPUI  
SANTÉ  
SOMME



Espace Ressources  
Cancéris

# Atelier A – Coordination des parcours



DAC Appui Santé Somme  
Dispositif d'appui à la **coordination**

6 Avril 2023

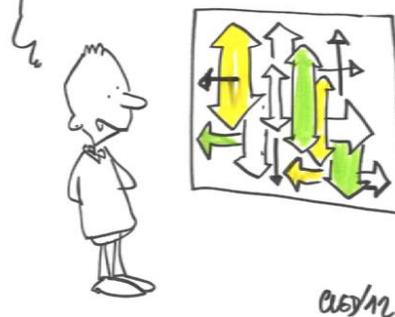
*Parcours ?*

*Coordination ?*

1- De quoi Parle- t-on ?

*Bienveillance ?*

AH BEN J'É COMPRENDS MIEUX LE PARCOURS SANTÉ !



# Bientraitance ?

Ensemble des soins, des actes et des comportements exercés par l'entourage familial ou professionnel d'une personne et qui procurent un bien-être physique et psychique au bénéficiaire.

*Larousse*



La bientraitance n'est pas seulement l'absence de maltraitance mais une démarche active que la Haute autorité de santé définit comme « une manière d'être, d'agir et de se dire soucieuse de l'autre, réactive à ses besoins, respectueuse de ses choix et de ses refus »

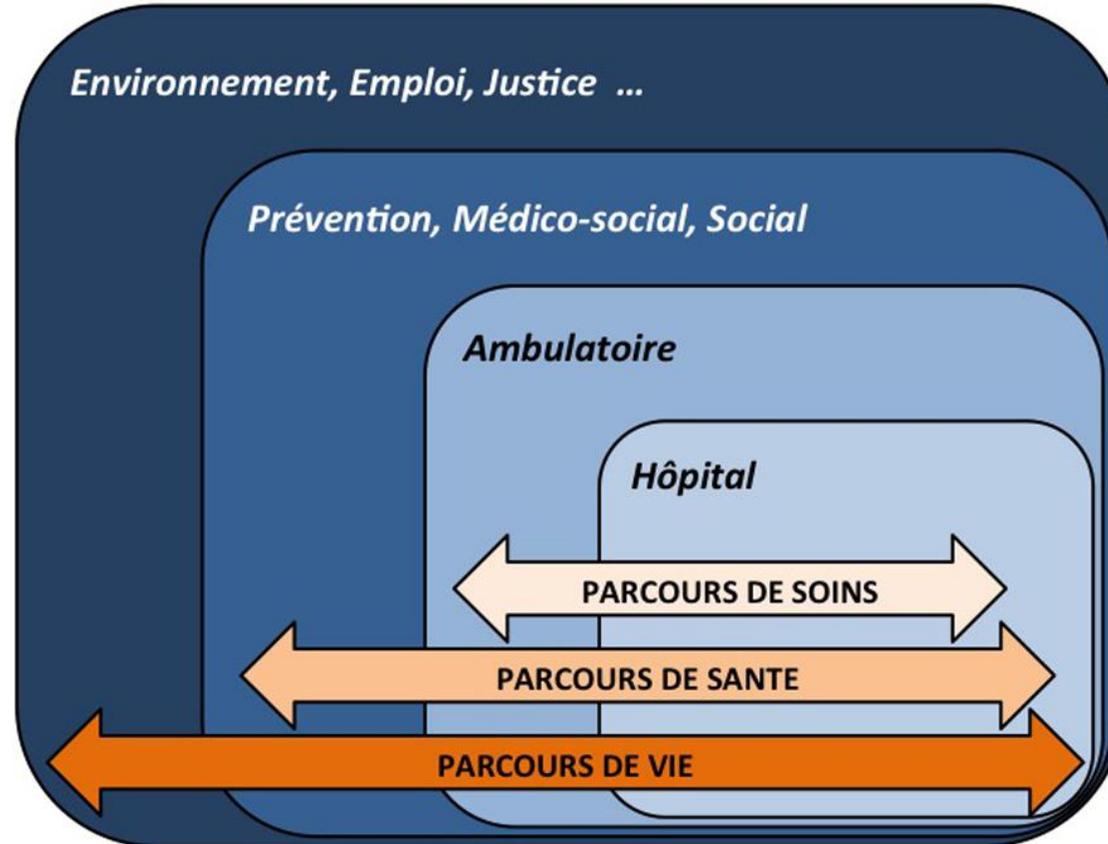
Pour la mettre en œuvre, l'Anesm a identifié 4 repères :

- l'utilisateur co-auteur de son parcours
- la qualité du lien entre professionnels et usagers
- l'enrichissement des structures et des accompagnements grâce à toutes contributions internes et externes pertinentes
- le soutien aux professionnels dans leur démarche de bientraitance



# Parcours ?

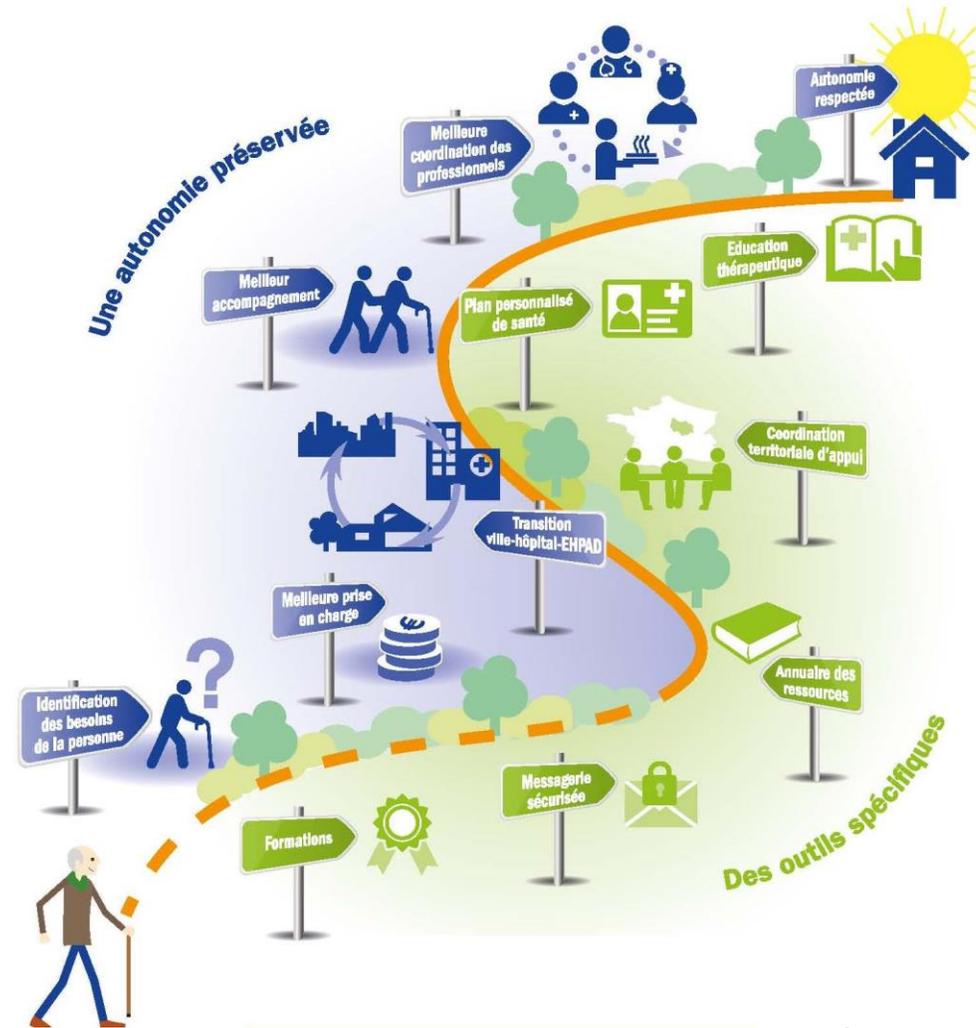
- Les usagers ont des besoins de soins tout au long de la vie donc d'un parcours de soins
- Et d'un parcours de vie qui ne soit pas entièrement tributaire du parcours de soins mais qui interagit avec son environnement
- Il faut donc inverser le modèle pour partir du parcours de vie de la personne en y intégrant les soins





# Parcours ?

- Un parcours se définit comme l'accompagnement global du patient / usager dans un territoire donné, avec une meilleure attention portée à l'individu et à ses choix
- Nécessitant l'action coordonnée des acteurs de la prévention, du sanitaire, du médico-social et du social
- Et intégrant les facteurs déterminants de la santé que sont l'hygiène, le mode de vie, l'éducation, le milieu professionnel et l'environnement

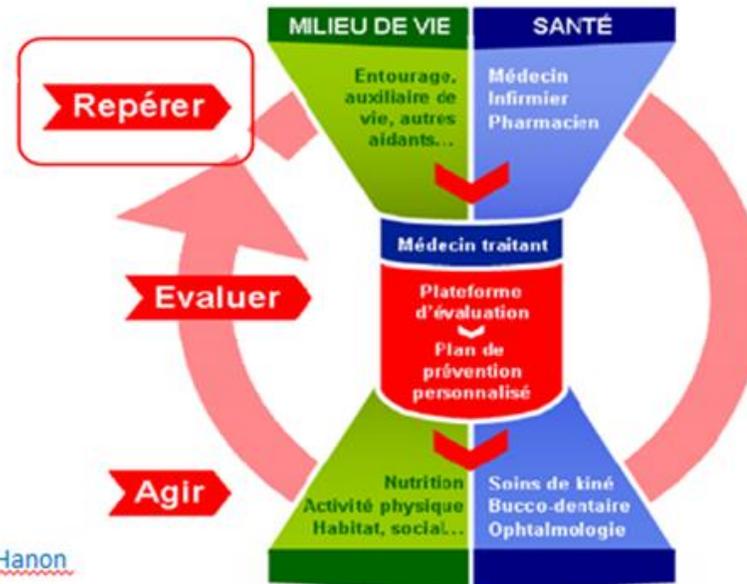




# Parcours ?

Concept qui  
donne à chaque  
acteur un rôle  
**coresponsable**  
quelque soit sa  
fonction

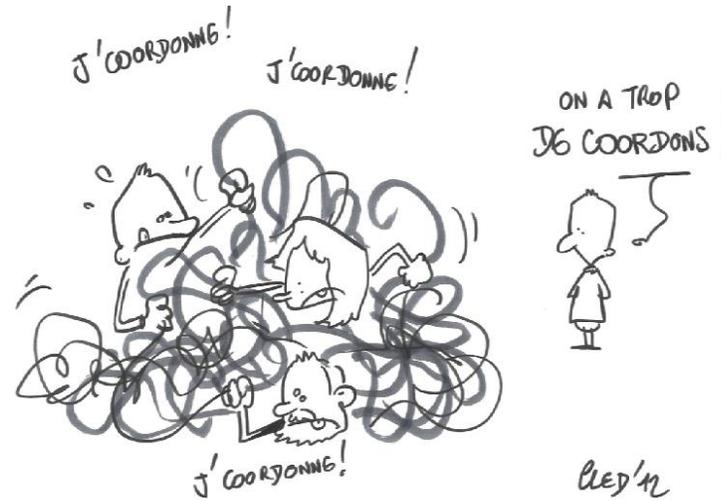
## Une démarche parcours en 3 étapes



# Coordination ?

La coordination entre des acteurs consiste à établir une **organisation articulée** d'actions préalablement réparties, en vue de constituer un **ensemble d'actions cohérent** pour obtenir un **résultat à priori meilleur** que celui obtenu avec l'action individuelle de chaque acteur.

La coordination apporte ainsi pour acteurs et bénéficiaires un gain de performance et de qualité, voir de **bienveillance**



# Coordination ?

## Les incontournables pour une coordination Bientraitante ?

- **La participation de la personne et de son entourage** : L'évaluation des besoins et des compétences de la personne dans tous les domaines est essentielle pour proposer un accompagnement progressif, souple et adapté (nature et volume de l'accompagnement) . Partenariat qui promeut la valorisation des compétences de la personne à accompagner. La participation des personnes concernées passe également par l'accessibilité des informations, des outils proposés
- **La formation et l'interconnaissance des acteurs du territoire**
- **Soutien aux professionnels** : Il est important de permettre aux acteurs de mutualiser les moyens afin d'organiser des temps d'analyse de la pratique et de supervision. Ces temps d'analyse permettent aux professionnels du dispositif de donner leur avis sur les fonctions et postures professionnelles (obstacles et aspects positifs) au regard des besoins, attentes et choix de la personne accompagnée.
- **Mutualisation des expériences et des moyens** : Des rencontres et réunions peuvent être organisées pour analyser les modes de coopération entre les dispositifs et les acteurs. L'expertise et les bonnes pratiques identifiées sont à capitaliser et à diffuser. Des outils d'interconnaissance de l'offre (par exemple les annuaires) sont également à développer et à partager. Des formations intersectorielles...
- **Une transmissions d'information** : outils de traçabilité partagés et sécurisés

# Les enjeux de l'ERC en lien avec le DAC et les partenaires

## Pour développer des Parcours coordonnés

↳ Aller vers les publics prioritaires en proposant une réponse graduée, coordonnée / besoins de la personne accompagnée

↳ Contribuer à la coordination territoriale en coopération avec les autres acteurs des champs sociaux, médico-sociaux et sanitaire

↳ Favoriser une réponse de proximité

↳ Contribuer à la clarification du Qui fait Quoi ?

↳ Proposer des réponses adaptées aux aidants en cohérence avec celles nécessaires pour leurs aidés

↳ Agir en territoire pour prévenir les ruptures évitables par une observations de ces ruptures de parcours et trouver avec les partenaires des solution coresponsables

↳ Considérer la personne accompagnée comme un de ces partenaires

# DEFINITION DE LA COORDINATION

- ▶ « COORDINATION : Mise en harmonie de divers services, de diverses forces, de différentes composantes, en vue d'en renforcer l'efficacité. » Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales
- ▶ Acteurs multiples, professionnels de santé ou non, dans un territoire, en fonction des besoins de santé de la population.

# Dispositif d'appui à la coordination

**06/04/2023**

**Présentée par :**

Mme Kelly ANDRIEUX, Coordinatrice territoriale

Dr Laetitia FABRE, Médecin coordonnateur

Mme Delphine ZANIN, Référente de parcours  
complexe **DAC ALOÏSE**

GCMS Oise Ouest Ville-Hôpital

# Ce que dit la loi



loi n° 2019-774 du 24 juillet 2019 relative à l'organisation et à la transformation du système de santé (art. 23) prévoit l'organisation de « **Dispositifs d'appui à la population et aux professionnels pour la coordination des parcours de santé complexes** »

## POUR QUI ? POUR QUOI?

- Pour les professionnels de santé, sociaux et médico-sociaux
- Améliorer la lisibilité des offres d'un territoire et mieux répondre aux besoins des personnes aux parcours estimés complexes

# Qu'est qu'un DAC ?

- ▶ Les dispositifs d'appui à la coordination viennent prioritairement en appui aux professionnels de santé, sociaux et médico-sociaux faisant face à des situations complexes liées notamment à des personnes cumulant diverses difficultés.
- ▶ Ils sont au service de tous les professionnels du territoire, qu'il s'agisse :
  - ▶ des professionnels de santé de ville, libéraux ou salariés
  - ▶ des personnels des établissements de santé publics, privés et HAD
  - ▶ des professionnels de l'ensemble du champ social et médico-social.
- ▶ Ils permettent d'apporter des réponses davantage adaptées et coordonnées entre les professionnels, **quels que soient la pathologie, l'âge de la personne qu'ils accompagnent ou la complexité de son parcours de santé.**
- ▶ Les DAC peuvent également **répondre aux demandes des personnes** et de leurs aidants et ainsi faciliter leur parcours en apportant une réponse coordonnée à l'ensemble de leurs besoins.

# Dispositif unique sur chaque territoire



# Les missions

**Mission 1 :**  
Information /  
Orientation aux  
professionnels et aux  
usagers

**Mission 2 :** Appui aux  
parcours complexes -  
accompagnement

**Mission 3 :**  
Participation à la  
coordination  
territoriale

# Mission 1

**Informe** sur les ressources médicales, soignantes et administratives disponibles au sein du territoire pour couvrir l'ensemble de besoins des personnes.

Appui à l'organisation des parcours, par le biais de conseils ou d'une assistance technique en **orientant directement les personnes**, et ainsi planifier leur suivi et leur accompagnement par les professionnels adéquats

# Cas concret



*Appel IDEL : Mme B, 76 ans.  
Fracture du bras droit  
surveillance plaie par IDEL.  
Dossier APA en cours, besoin  
d'aides ménagères.*



**Réponse du DAC** : Orientation  
de la demande vers CCAS de  
secteur.

# Mission 2

Le DAC peut intervenir auprès de toutes personnes en situation complexe **quel que soit son âge ou sa pathologie** (polypathologies, cumul de difficultés sociales et/ou de santé mentale avec des difficultés somatiques, isolement, ...), nécessitant une coordination de parcours ponctuelle ou durable, en particulier au domicile.

Les professionnels bénéficient d'une **coordination spécifique pour les prises en charge les plus complexes** avec l'organisation d'un plan d'action personnalisé

# Cas concret mission 2



*Mr G, 59 ans, tumeur rare de la moelle épinière : Signalement du MT suite inquiétudes sur la prise en charge de Mr*



**Réponse du DAC** : VAD,  
Coordination, Hospitalisation de  
répit

# Mission 3

Les acteurs du territoire, représentés au sein de la gouvernance du DAC, identifient les initiatives à envisager pour consolider les parcours de santé complexes et réduire la fragmentation de l'offre, si besoin par l'évolution de leurs pratiques et de leurs organisations. **Démarche d'intégration dans leur territoire**

Sans se substituer, le DAC accompagne les acteurs pour les soutenir dans l'objectif d'amélioration du service rendu à la population.

Le DAC doit bien connaître le territoire et les acteurs, les missions et les possibilités et limites d'intervention de chacun des acteurs du territoire.

# LA COORDINATION AU CHICN

- ▶ 3C sur le site (médecin, pharmacien, CDS, secrétaire, IDEC, psychologue)
- ▶ Au sein du pôle MCC 2 IDEC en cancérologie
- ▶ Au sein du pôle gériatrie 1 IDEC en oncogériatrie
- ▶ Liens avec les services de spécialités et « transversaux »
- ▶ Liens avec la ville et les autres structures et centres de santé
  
- ▶ Plusieurs professions au service du parcours de soins

# IDEC : rôles et missions

- ▶ **COORDINATION DES PARCOURS** : assister aux RCP, faire le lien avec les différents services **intra hospitaliers** (médecins, équipes paramédicales, secrétaires...) et **extra hospitaliers** (autre centre de santé, médecine libérale, IDEL, pharmacie de ville, DAC, associations...), sécuriser des parcours de soins, animer les RCP en soins de support...

## COLLABORATION PLURIPROFESSIONNELLE

- ▶ **ACCOMPAGNEMENT PERSONNE SOIGNEE** : cs accompagnement à l'annonce, référence en cas de besoin, suivi des situations fragiles, des personnes vulnérables, suivi des thérapies orales, identification des besoins et orientation vers les soins de support adaptés...

# LES MOMENTS PRIVILEGIÉS d'orientation vers les soins de support

- ▶ CONSULTATIONS MEDICALES
- ▶ ENTRETIENS D'ACCOMPAGNEMENT A L'ANNONCE INFIRMIER
- ▶ ENTRETIENS DE SUIVI IDEC
- ▶ CONSULTATIONS IPA
- ▶ ECHANGES AVEC LES PROFESSIONNELS DE SANTE
- ▶ RCP en soins de support

# LES SOINS DE SUPPORT intrahospitalier

**Musicothérapie**

**Nutrition**

**Psychologie**

**Kinésithérapie**

**Douleur**

**APA**

**Aides sociales**

**Image corporelle  
(psychosocioesthétique)**



**Relaxation**

**Culte et spiritualité**

**Hypnose**

**Soins palliatifs**

**Réflexologie  
plantaire**

**Sophrologie**

**Acupuncture**

# SOINS DE SUPPORT extrahospitalier

| QUI ?   | QUELS SOINS ?  |
|---|--|
| ERC<br><br>ASSOCIATIONS (DE PATIENTS)<br><br>CENTRES DE SANTE<br><br>LIBERAL<br><br>... | LES SOINS PRECEDENTS<br><br>FERTILITE<br>SEXUALITE<br>MEDECINES COMPLEMENTAIRES<br>ART THERAPIE<br>MAGNETISME<br><br>APPLICATIONS NUMERIQUES ... |

# LES FREINS

- ▶ PUBLIC fragile ou vulnérable (âgé, aidant et malade, socialement...)
- ▶ Difficultés d'ACCES aux lieux, aux ressources, disponibilité
- ▶ THEMATIQUES à adapter en fonction du temps du parcours
- ▶ SOUTIEN AUX AIDANTS, SEXUALITE, POST CANCER ...
- ▶ MECONNAISSANCE de l'existant et des ressources
- ▶ A PRIORI sur les capacités de certains publics
- ▶ INTERVENANTS à trouver
- ▶ PENURIE de professionnels de santé, MG, SOS...
- ▶ FINANCEMENTS
- ▶ OUTILS DE COMMUNICATION communs
- ▶ ...

# LES SOINS PALLIATIFS

- ▶ AU CHICN : une USP et une EMSP
- ▶ Historiquement réseau soins palliatifs
- ▶ Questionnement des soins palliatifs précoces
- ▶ Difficulté d'accès à un médecin traitant

# LES FICHES RESEAU ONCO HDF

► <https://www.onco-hdf.fr/boite-a-outils/patients/>

The screenshot shows the website interface for ONCO HAUTS-DE-FRANCE. At the top left is the logo with the text 'ONCO HAUTS-DE-FRANCE RESEAU REGIONAL DE CANCEROLOGIE'. A blue navigation bar contains links: 'LE RESEAU', 'JE SUIS UN PATIENT OU UN PROCHE', 'JE SUIS UN PROFESSIONNEL', 'CONTACT', 'ADHÉRER AU RESEAU', a search icon, and a user icon. Below this is a dark blue bar with 'PROJETS' (highlighted), 'DCC et RCP | Evaluations | Radiothérapie | Soins de Support | Lien Ville-Hôpital | Formations', and 'INFOS COVID' (highlighted in red). A breadcrumb trail reads 'Accueil / Boîte à outils / Boîte à outils patients' and a printer icon is visible. The main heading is 'Boîte à outils patients' with the subtext 'Dernière mise à jour : jeudi 02 mars 2023'. A purple bar below reads 'Patients et proches'. To the left is a person icon, and to the right is a list of resources: 'Fiches effets indésirables des anticancéreux', 'Fiches conseils', 'Brochures Préservation de la fertilité', and 'Livret Patient concernant le Maintien et Retour au travail- Programme I Know How'. A grey arrow icon is on the right side of the content area.

# BEP : BLEOMYCINE ETOPOSIDE CISPLATINE

## Bléomycine Vepeside Cisplatine

Mai 2020

### Quand et comment aurai-je mon traitement ?

Dans la majorité des cas le traitement sera administré en perfusion sur votre chambre implantable (ou PAC\*).  
Votre chimiothérapie sera administrée sous forme de cycles (ou cures)

Description synthétique du schéma thérapeutique:  
Le traitement nécessite une hospitalisation complète durant 5 jours (H) ou 5 jours consécutifs en hôpital de jour.  
Le J8 et le J15 sont réalisés en hôpital de jour.

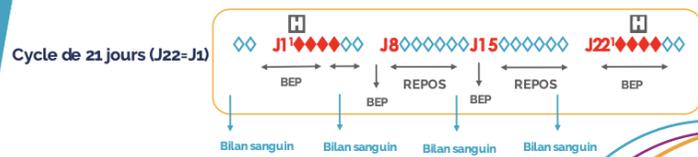
#### \*ABORD VEINEUX (PAC)

Un Petit boîtier, situé sous la clavicule, appelé communément PAC ou chambre implantable, peut être mis en place par un chirurgien avant de débuter le traitement. En cas d'apparition de rougeur, de douleur ou inflammation à ce niveau, en parler à votre médecin.

### RECOMMANDATIONS GENERALES

-  Buvez beaucoup d'eau (au moins 1,5L par jour)
-  Ce traitement ne peut être pris lors d'une grossesse ou de l'allaitement.
-  En cas de consultation médicale, de soins dentaires ou d'hospitalisation, pensez à préciser que vous êtes sous traitement.
-  Ce traitement peut interagir avec d'autres produits, plantes ou tisanes. Évitez l'automédication.
-  Les vaccinations peuvent être possibles dans certains cas, parlez-en à votre médecin.
-  Lavez-vous les mains régulièrement, surtout avant chaque repas pour limiter les risques d'infections.
-  Si vous prenez de l'Aprépitant (EMEND), il est déconseillé de manger ou boire du pamplemousse lors du traitement.
-  La consommation d'alcool et de tabac est fortement déconseillée.
-  Utilisez une méthode de contraception efficace lors de votre traitement. En cas de doute, parlez-en à votre médecin.
-  Afin de ne pas contaminer vos toilettes, urinez en position assise.
-  Préservez vos activités tout en vous ménageant (pauses, siestes) afin de limiter la fatigue.
-  Lors du traitement, il est déconseillé de s'exposer au soleil.
-  Il est conseillé de faire de l'activité physique.
-  Le traitement peut entraîner des troubles sexuels. Parlez-en à votre médecin ou à l'équipe soignante.

### SCHEMA D'ADMINISTRATION



### AVANT ET APRES LES CURES, QUE DOIS-JE FAIRE ?

- ✓ Prémédication avant les cures (patch Emla (lidocaïne), antiémétiques...)
- ✓ Avant le début du traitement votre oncologue vous prescrira une radiographie pulmonaire et une épreuve fonctionnelle respiratoire pour vérifier votre fonction respiratoire (prévenir votre médecin en cas d'essoufflement).
- ✓ Avant le traitement, une préservation de la fertilité vous sera proposée.
- ✓ Dans les jours précédant la cure, un bilan sanguin vous sera prescrit.
- ✓ Possibilité de report de cure en fonction des résultats biologiques et de votre état clinique.
- ✓ Dans les jours précédant et suivant la cure vous devez boire de l'eau (1,5L minimum)
- ✓ Il n'est pas nécessaire de vous présenter à jeun pour votre traitement.
- ✓ Anti-émétiques (et parfois corticoïdes) les jours suivant la cure.

Parfois des injections de facteurs de croissance des globules blancs ou des globules rouges peuvent vous être prescrits à la suite de la cure.

### PRINCIPAUX EFFETS INDESIRABLES POSSIBLES

-  **Toxicité rénale**  
*Se manifeste par des gonflements, des traitements, des lourdeurs des membres, etc.*  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Hydratation
  - Surveillance de l'élimination des urines**QUE FAIRE ?**
  - Des l'apparition des signes évoqués, contacter votre médecin
-  **Reflux acide et brûlures d'estomac**  
*Se manifeste par des sensations de pesanteur ou de brûlure au moment de la digestion*  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Évitez les aliments riches en graisse, les repas riches, le café et l'alcool**QUE FAIRE ?**
  - Dormez la tête surélevée avec un oreiller par exemple. Informez votre médecin qui pourra vous prescrire un anti-acide.
-  **Mucites / Aphtes**  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Évitez alcool, tabac
  - Évitez les aliments trop chauds, épicés ou acides, les fruits secs, le gruyère, la moutarde
  - Évitez les aliments trop sucrés (miel, confiture...) ainsi que les fritures
  - Préservez une bonne hygiène buccale, utilisez une brosse à dent souple**QUE FAIRE ?**
  - Des bains de bouche peuvent vous être prescrits
  - Le froid soulage les aphtes (glacons, glaces, boissons rafraîchissantes, etc.)
-  **Alopécie**  
*Chutes des cheveux, cils et sourcils et/ou des poils pouvant s'accompagner par une sensation de picotement du cuir chevelu. La perte survient généralement à partir du 8ème jour après l'administration de votre première cure. Les cheveux repoussent à l'arrêt du traitement.*  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Préférez une coupe courte avant de commencer le traitement
  - Utilisez de préférence des shampoings doux, évitez brushing, permanente et coloration
  - Utilisez une brosse à poils souples ou un peigne à larges dents
  - Un casque réfrigérant pourra vous être proposé**QUE FAIRE ?**
  - Une perruque ou une prothèse capillaire ou des foulards pourront être prescrits (l'équipe soignante peut vous aider à trouver une boutique de prothésiste et un lieu où trouver des soins onco-esthétiques)
-  **Fatigue**  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Privilégiez les activités qui vous font plaisir.
  - Continuez vos activités quotidiennes tout en vous ménageant des pauses dans la journée
  - Relaxe vous autant que possible (sieste)**QUE FAIRE ?**
  - Demandez de l'aide si besoin à votre entourage, à l'assistante sociale, à votre mutuelle, à l'équipe soignante: des aides sont possibles.
-  **Nausées / Vomissements / Perte d'appétit**  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Mangez lentement dans le calme, ce qui vous fait plaisir et en petites quantités mais fréquemment.
  - N'hésitez pas à fractionner vos repas: collation, goûter...
  - Évitez les aliments gras, frits, épicés qui sont difficiles à digérer
  - Privilégiez les aliments tièdes, froids ou moins odorants
  - Limitez la consommation d'alcool**QUE FAIRE ?**
  - Si vous vomissez, rincez-vous la bouche et attendez une heure ou deux avant de manger
  - Un médicament anti-vomissements (antiémétique) peut vous être prescrit par votre médecin
  - Si les vomissements persistent malgré le traitement, n'hésitez pas à prévenir votre médecin
  - Le fait de sucer des bonbons mentholés peut permettre de soulager les nausées
  - Évitez la position allongée
  - En cas de vomissement continuez à prendre votre traitement normalement
-  **Troubles hématologiques**  
*Anémie, fatigue, pâleur. Baisse du nombre de globules rouges dans le sang (taux d'hémoglobine).  
Thrombopénie: risque de saignement. Baisse du nombre de plaquettes sanguines.  
Neutropénie: risque d'infection (fièvre, frissons, etc.) Baisse du nombre de globules blancs dans le sang.*  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Ayez une bonne hygiène corporelle
  - Limitez le contact avec des personnes malades ou contagieuses
  - Lavez-vous fréquemment les mains**QUE FAIRE ?**
  - Contrôlez votre température si vous vous sentez fébrile et prévenez votre médecin traitant si votre température dépasse 38°C
  - En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez immédiatement le signaler à votre médecin
-  **Trouble de l'audition**  
*Se manifeste par des bourdonnements d'oreille, une diminution de l'audition.*  
**QUE FAIRE ?**
  - En cas d'apparitions des signes évoqués, vous devez le signaler à votre médecin. Un audiogramme pourra vous être prescrit
-  **Sécheresse cutanée**  
**COMMENT PREVENIR ?**
  - Utilisez des produits sans savon pour la toilette
  - Hydratez votre peau avec des crèmes émollientes**QUE FAIRE ?**
  - En cas de persistance des signes évoqués plus haut, contactez votre médecin afin de l'informer.
-  **Atteinte de la sensibilité des extrémités**  
*Se manifeste par des fourmillements ou une modification de la sensibilité des mains et/ou des pieds.  
Ces symptômes peuvent apparaître après cumulé plusieurs cures.*  
**QUE FAIRE ?**
  - En cas d'apparition des signes évoqués, vous devez le signaler à votre médecin

Cette liste n'est pas exhaustive. Les effets indésirables ne sont pas systématiques et peuvent varier dans leur intensité.

Les conseils apportés ici peuvent vous aider à prévenir ou limiter l'apparition de ces effets.

EN CAS DE PERSISTANCE DE L'UN DE CES EFFETS INDESIRABLES CONSULTEZ VOTRE MEDECIN OU EQUIPE SOIGNANTE



## INFLAMMATION ET ALTERATION DE LA BOUCHE MUCITES

Février 2021

### De quoi s'agit-il ?

Une mucite buccale est une inflammation des muqueuses de la bouche.

Les symptômes :

- Rougeurs,
- Douleurs (picotements, sensation de brûlure, etc.),
- Aphtes et ulcérations.

Les mucites sont un effet indésirable possible des traitements anti-cancéreux. Elles peuvent être de durée et d'intensité variable selon les traitements.

Elles peuvent rendre l'alimentation difficile et compliquer la poursuite de votre traitement.

Une ordonnance de bain de bouche pourra vous être prescrite par votre oncologue ou radiothérapeute.

Sucer des glaçons ou de la glace pendant le passage de la perfusion peut limiter la survenue des mucites (après avis médical).

### POURQUOI PRENDRE SOIN DE MA BOUCHE ?

- ✓ Pour éviter les complications, les infections et ne pas retarder mon traitement (report de ma chimiothérapie, interrompre ma radiothérapie).
- ✓ Pour éviter les douleurs.
- ✓ Pour pouvoir continuer à m'alimenter malgré la perturbation du goût des aliments.
- ✓ Pour conserver une bonne qualité de vie.

### COMMENT PREVENIR L'APPARITION DES MUCITES ?

Une bonne hygiène bucco-dentaire et quelques conseils alimentaires peuvent aider à protéger la bouche et à limiter l'apparition et l'intensité des mucites.

#### • Hygiène bucco-dentaire

- ✓ Il est conseillé de consulter un dentiste avant de débuter un traitement de chimiothérapie ou de radiothérapie afin de réaliser les soins nécessaires. Pour certains traitements cette consultation est obligatoire.
- ✓ Il est recommandé de se brosser les dents, ou appareil dentaire, après chaque repas et avant le coucher. Utilisez une brosse à dents souple.
- ✓ Il est conseillé de se rincer la bouche à l'eau ou avec une solution à base de bicarbonate de sodium après chaque repas et au coucher à minima et idéalement après chaque collation.

Attention : Ne pas utiliser de bain de bouche contenant de l'alcool.

#### • Conseils alimentaires

- ✓ Évitez la consommation d'alcool et de tabac qui augmente le risque de survenue de mucites et les aggrave.
- ✓ Il est conseillé d'hydrater votre bouche et de boire fréquemment (boissons fraîches ou pétillantes, glaçons, glaces, etc.) sauf contre-indications dues aux effets indésirables de votre chimiothérapie
- ✓ Évitez les boissons et plats trop chauds.
- ✓ Si vous êtes sujets aux aphtes habituellement, évitez les aliments acides, salés, épicés et irritants (gruyère, noix, tomate, ...)



Outil élaboré dans le cadre du groupe de travail régional « IDE ».  
Ce document ne peut se substituer à un avis médical. En cas de doute, demandez conseils à votre équipe soignante.

### QUE FAIRE EN CAS DE MUCITE ?

- ✓ En présence de mucites buccales, contactez votre médecin (médecin traitant, oncologue, radiothérapeute) qui pourra vous prescrire des bains de bouche adaptés à votre situation ainsi que des antidouleurs ou d'autres traitements si nécessaire.
- ✓ Ne pas hésiter à augmenter le nombre et la durée des bains de bouche et gargarismes (8 à 10 fois par jour). Des bains de bouche antalgiques ou un anesthésique local peuvent être utilisés pour soulager la douleur si le médecin le prescrit.
- ✓ En cas de forte sécheresse buccale, des substituts salivaires et/ou des médicaments pour augmenter la production de salive pourront également vous être prescrits.
- ✓ Une adaptation de votre traitement anticancéreux pourra être envisagée par votre oncologue ou radiothérapeute si nécessaire.

### LES PRECAUTIONS ALIMENTAIRES POUR LIMITER LES DOULEURS

Pour limiter l'inconfort et les douleurs provoqués par les ulcérations, des mesures alimentaires sont recommandées :

- ✓ Manger lentement. La nourriture doit être coupée en petits morceaux et être bien mastiquée.
- ✓ Prendre des repas légers et fréquents plutôt que des repas importants.
- ✓ Les aliments doivent être légèrement chauds ou à température ambiante. Il est préférable d'éviter les boissons et plats brûlants.
- ✓ Les aliments durs ou croquants (noisettes, chips, etc.) sont déconseillés.
- ✓ Il est recommandé de consommer des aliments (viande, légumes, fruits) finement hachés. La nourriture pour bébé, qui est à la fois nutritive et facile à avaler, ainsi que les milk-shakes, qui renferment beaucoup de protéines, peuvent être essayés.
- ✓ Les aliments acides (tomates, raisin, pommes, etc.) sont à éviter. C'est le cas également des épices, des condiments (moutarde, ketchup), de l'alcool et du tabac.
- ✓ L'utilisation d'une paille peut limiter le contact direct entre les boissons et les muqueuses lésées.

Il est important de signaler une douleur au niveau de la bouche dès son apparition à votre médecin ou aux soignants afin d'éviter qu'elle ne s'aggrave.

Outil élaboré dans le cadre du groupe de travail régional « IDE ».  
Ce document ne peut se substituer à un avis médical. En cas de doute, demandez conseils à votre équipe soignante.

# GENERALISATION DES ERC ?

- ▶ Permettre un accès dans tous les territoires
- ▶ Dans l'Oise : 3 ERC répartis géographiquement
- ▶ Modes d'accès aux Soins de Support à développer

# COORDINATION GLOBALE ?

- ▶ PLUSIEURS NIVEAUX : intrahospitalier nécessaire à maintenir (projet personnalisé important pour donner un sens pour les professionnels) et extrahospitalier
- ▶ OUTILS COMMUNS
- ▶ CONNAISSANCES DES RESSOURCES TERRITORIALES adaptées aux besoins de la personne (différents selon les territoires)
- ▶ DEVELOPPEMENT DES ACTIVITES SELON LES MANQUES

**MERCI DE VOTRE ATTENTION**